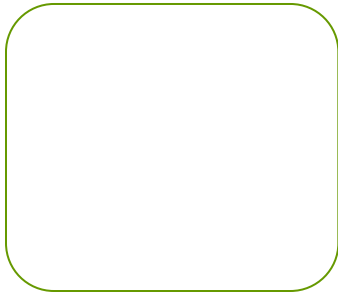


Nome: _____

Escola: _____ **Ano Letivo:** _____



Nunca digas que não,
integral ou de mistura, faço
bem ao coração



Somos saborosas, coloridas,
ricas em fibras e minerais

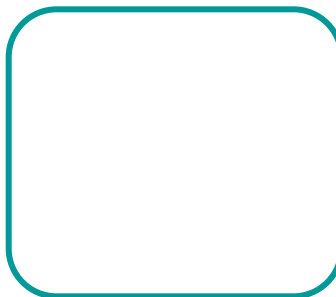


Para o corpo hidratar,
não te esqueças de me
levar

"A minha Lancheira"



Podes comer-nos ao lanche
ou no final do almoço e do
jantar



Contigo me deves levar, com os
alimentos para lanchar



Com o cálcio que temos, os teus
ossos vão crescer e os teus
dentes saúde vão ter



Sou branco e não sou
ovo, sou líquido e não
sou água



Somos alimentos com muitas
vitaminas que te protegem
das doenças



Dou energia ao teu corpo.
Posso ser acompanhado
com queijo ou fiambre ou
manteiga